



Contenido:

Noticias sobre leyes de inmigración	1
¡Aprenda sobre la diabetes!	1
Tome el control: Pagando sus cuentas médicas	3
Enfermedades de Transmisión Sexual	4
Misa en español	4
Noticias de la red para la gente latina	4
Servicios de Inmigración	5
Bibliotecas públicas	5
Servicios de salud	6
Servicios para mujeres	10
Servicios para niños	10
Clases de inglés	11
Servicios religiosos	11

¿Quiénes somos?

Somos estudiantes de la universidad de William y Mary y miembros de la comunidad que quieren apoyar a las personas hispanohablantes en Williamsburg. Este boletín informativo es dedicado a la distribución de información sobre servicios de salud, transporte, educación, y eventos sociales. Esperamos que este boletín sea de su utilidad y que pueda sacar provecho de ello. Si tiene alguna duda o comentario o si desea añadir algo, puede contactarse con silph@wm.edu.

Noticias sobre leyes de inmigración

Immigration Judge makes potentially influential asylum decision for Salvadoran respondents/ Juez de Inmigracion hace una decision importante en un caso de asilo politico para salvadoreños

Juez de Inmigracion Paul Schmidt de la Corte de Inmigracion en Arlington, Virginia, dio el asilo politico a unos hermanos salvadoreños, concluyendo que habian mostrado un miedo bien fundado de la persecucion por la banda infame Mara Salvatrucha ("MS-13"). Despues de examinar las solicitudes de los hermanos y al reporte del Departamento del Estado de los EEUU

sobres las condiciones en El Salvador, el juez fallo que el hermano fue miembro de un "grupo social particular" de "estudiantes salvadoreños jóvenes quienes se oponen expresivamente a las practicas y valores de las bandas y quienes quieren proteger a los miembros de su familia de esas practicas." Schmidt tambien decidio que la hermana fue miembro de un "grupo social particular" de "estudiantes hembras jóvenes quienes son parientes de individuos quienes oponen a las practicas y valores de las bandas." Aunque el juez no fallo que os hermanos habrian sufrido dano del nivel de "la persecucion pasada" (a pesar de testimonios de golpes, la violacion y el incendio

Artículo continúa en la página siguiente

¡Aprenda sobre la diabetes!

La diabetes es una enfermedad que afecta la manera en el cual nuestro cuerpo utiliza comida para energía. Usualmente, nuestro cuerpo procesa alimentos convirtiéndolos en glucosa. Glucosa es una forma de azúcar. Con diabetes, el cuerpo no utiliza apropiadamente esa azúcar en la sangre y hay un exceso de azúcar en nuestro cuerpo.

El páncreas, produce insulina. La insulina ayuda a que la glucosa entre en las células, pero al tener diabetes el cuerpo no produce suficiente insulina o a veces no utiliza esa insulina. Lo que resulta es que los niveles de azúcar se acumulen en la sangre causando niveles altos de azúcar en la sangre. Hay 2 clases principales de diabetes; Tipo 1 y Tipo 2.

El Tipo 1 de diabetes es en el cual el cuerpo produce muy poca insulina o no la produce del todo. Usualmente afecta a niños y adultos jóvenes. El Tipo 2 de diabetes es en el cual el páncreas no produce suficiente insulina o la insulina que produce no es utilizada como debe ser. Es el tipo de diabetes mas común y usualmente afecta a

adultos mayores. Pero recientemente se ha visto en niños y adolescentes debido a problemas de obesidad.

Síntomas incluyen sed excesiva, orinar frecuentemente, hambre extrema, demasiado cansancio, irritabilidad, visión borrosa. Los síntomas con el Tipo1 de diabetes ocurren de repente. Con el Tipo 2 de diabetes los síntomas ocurren gradualmente.

Si tiene alguno de estos síntomas por favor contacte a su medico para una prueba de sangre. La diabetes puede ser controlada pero no curada. Con ayuda de su medico, ejercicio, comidas balanceadas, control de peso y revisando regularmente los niveles de insulina gente con diabetes pueden vivir vidas plenas y activas.

Si desea más información por favor contacte al Peninsula Health District en sus oficinas de Newport News ubicadas en la 4163 J. Clyde Morris Blvd.

Hay intérpretes disponibles de Lunes a Viernes de 8:00am hasta las 5:00pm. Número telefónico:

Como combatir la diabetes



Presentación:
Miércoles, 12 de diciembre
Más información en la página 4

Noticias sobre leyes de inmigración Artículo comienza en la portada

premeditado posible), el decidio que los hermanos demostraron un miedo bien-fundado de la persecucion futura por miembros de la Mara Salvatrucha.

Aunque esta decision puede ser un suceso potencialmente importante para salvadoreños recién llegados a los EEUU quienes quieren solicitar el asilo político basado en la persecucion por las bandas en su país, la decision del Juez Schmidt no es obligatoria en otros jueces, cortes o casos de inmigracion. No necesariamente indica un inclinacion a reconocer victimas de las actividades de bandas como victimas de la persecucion. El derecho del asilo politico es complejo y el resultado de una solicitud para el asilo politico, sea afirmativa o como defensa a la deportacion, nunca es garantizada. Antes de archivar una solicitud para el asilo politico, busca el consejo de un profesional legal: Abogada Amy L. Becerra, (757) 345-3467; albimmigration@hotmail.com.

USCIS Announces New Naturalization Test/ El Servicio de Inmigracion anuncia examen nuevo para la naturalizacion

El Servicio de Inmigracion (USCIS) anuncio las nuevas 100 preguntas y las respuestas del examen civico de naturalizacion, el 27 de septiembre del 2007. Comenzando el 1r de octubre del 2008, el Servicio administrara este examen nuevo a los solicitantes a la ciudadanía. El Servicio dice que su examen revisado reforzara los esfuerzos a la asimilacion de ciudadanos nuevos en enfatizar conceptos fundamentales de la democracia esta-

dounidense, la historia estadounidense basica, y los derechos y las responsabilidades de la ciudadanía. El Servicio espera que el examen nuevo tambien promoviera el patriotismo dentro los ciudadanos prospectivos. Criticos del examen revisado dicen que sera mas dificil para pasar al examen nuevo que lo corriente. El formato nuevo incluye un rango mas amplio de respuestas posibles de los cuales un solicitante puede escoger ademas contiene unas preguntas basicas sobre la geografia del los EEUU y la historia estadounidense moderna.

Personas quienes han sometido una solicitud para la naturalizacion antes del 1r de octubre del 2008 y estan dados una cita para su entrevista antes de esa fecha tomara el examen corriente (el "viejo"). Los quienes someten sus solicitudes antes del 1r de octubre del 2008, pero estan dados la cita de entrevista despues de esa fecha pueden escoger entre el "viejo" y el nuevo examen. Gente que solicita la naturalizacion despues del 1r de octubre del 2008, y solicitantes quienes estan dados la cita de entrevista despues del 1r de octubre del **2009** (sin importar cuando sometieron su solicitud para la naturalizacion) tomara el examen nuevo.

Para ver el examen nuevo, vaya a la pagina de la red del USCIS a www.uscis.gov o contacte a la abogada de inmigracion y naturalizacion, Amy L. Becerra a (757) 345-3467; albimmigration@hotmail.com; www.swynfordlaw.com; 1101 Professional Dr., Suite, Williamsburg, VA 23185

Tome el control: Pagando sus cuentas médicas

No Se Atrase

La falta de seguro médico, o de dinero no debería impedir que Usted o su familia reciban servicios de salud. Es mucho mejor para usted obtener tratamiento medico tan pronto lo necesite, para tratar de evitar complicaciones que luego requieran un tratamiento más caro para poder curarse. Servicios de salud podrían ser visitas al doctor, cuidados hospitalarios como la salade emergencias, cuidado dental, exámenes médicos o medicamentos con recetas. Proveedores de salud podrían ser doctores, dentistas y farmacéuticos, y lugares tales como hospitales, farmacias y oficinas médicas o dentales. Usted puede hablar con su proveedor de servicios de salud o con su médico para asegurarse que sus compromisos de pago queden claros, y además solicitar un plan de pagos que esté de acuerdo a lo que usted pueda pagar. Este folleto le va a explicar la responsabilidad que tiene usted con sus cuenta (billetes) médicas, y cómo obtener información y ayuda para pagarlos.

Durante su Visita

Recuerde: Obtenga ayuda médica en el momento que lo necesita y así evitará que su situación empeore y el que tenga que pagar más caro para poder curarse después. Tanto los pacientes como los proveedores de servicios médicos deben trabajar juntos para que quede bien claro su compromiso de pago. Si usted tiene alguna preocupación por el tema del pago, dígaselo al doctor, a la enfermera, o a la persona que esté a cargo de ese tema. Pida hablar con un Asesor Financiero o con el gerente de la oficina para

que lo ayuden a entender su cuenta médica.

*Haga preguntas y tome notas

*Pida una copia de la política de ayuda financiera que tiene su proveedor médico

*Averigüe si su proveedor médico le daría un descuento si usted paga antes de cierta fecha

*Pregunte si su proveedor de servicios medicos ofrece un plan de pagos.

*Averigüe si es que usted calificaría para un plan de ayuda del gobierno o de alguna otra entidad.

Lo más importante es tener el control de sus cuentas. Haga pagos que usted pueda afrontar para demostrar buena voluntad. Cuando usted esta tratando de pagar sus cuentas médicas, los Proveedores de Servicios Médicos tienen interés en trabajar con usted para poder llegar a un acuerdo.

Pagando sus Cuentas:

Puede ser que Usted reciba más de una cuenta por una sola visita médica. Por ejemplo, si va a la Sala de Emergencias por un brazo roto, usted podría recibir: 1) Una cuenta del hospital, 2) Otra cuenta del departamento de rayos x (radiografías), y 3) Una cuenta del doctor que lo atendió. No ignore ninguna de estas cuentas. Cuando usted reciba su primera cuenta, si necesita ayuda para entenderla o para pagarla, proceda de la siguiente manera:

*Contacte de inmediato a su proveedor de servicios médicos

Artículo continúa en la página siguiente

Tome el control: Pagando sus cuentas médicas

Artículo comienza en la página anterior

usando el número de teléfono que está en la factura.

*Si usted no entiende los gastos que están en la factura, pida que le manden una factura detallada con todos los servicios recibidos.

*Tome nota de todos los nombres, fechas y resultados de sus llamadas o vistas a su Proveedor de Servicios Médicos (PSM).

Usted podría obtener ayuda económica del gobierno o de su PSM dependiendo de cuál sea su ingreso. Para que lo consideren para un programa de asistencia económica es posible que le pidan los siguientes documentos:

*Prueba de ingresos del mes pasado, como por ejemplo:

- Talones o colillas de cheques o una carta de su empleador
- Prueba de que usted recibe manutención para sus niños
- Cheques por desempleo
- Carta de la Oficina del Seguro Social, si es que usted recibe algún beneficio

*Estado de su cuenta bancaria

*Alguna forma de identificación

- Certificado de nacimiento
- Licencia de conducir

Sea honesto respecto a su situación. Los Proveedores de Servicios Médicos desean que usted pueda obtener el cuidado médico que necesita, y tienen interés en ayudarlo con el pago de sus cuentas.

¿Necesita Más Ayuda?

Para aprender más sobre las alternativas de Servicios Médicos disponibles para usted, o de programas de asistencia financiera, puede visitar los siguientes sitios Web en la Internet:

Proveedores de Servicios de Salud a bajo costo

Asegurando a más Virginianos

www.insuremorevirginians.org

Investiga alternativas de cuidados médicos para individuos, pequeños negocios y otros.

Asociación de Clínicas Gratis de Virginia

www.vafreeclinics.org

Una asociación de clínicas que provee servicios médicos gratis a muy bajo costo para personas de bajos ingresos y sin seguro médico. Para localizar una clínica en su área visite la página web en la internet y pulse en "Find a Free Clinic."

Asociación de Cuidados Primarios de VA

www.vpca.com l 800-966-8272 (llame gratis)

Los Centros Comunitarios de Salud proveen servicios médicos a cualquiera que lo necesite. Para localizar uno cerca de usted, visite la página Web en la Internet y pulse en "Map of Members" o "Member Directory."

Proveedores de Servicios de Salud

Proveedores de Servicios Médicos del Centro de Virginia

www.cvhpa.org l (804) 233-6206

Proporciona información sobre servicios médicos gratis o de bajo costo en Virginia Central.

VHHA PricePoint

www.vapricepoint.org

Brinda información sobre costos, calidad de servicios y políticas de asistencia financiera en los hospitales de Virginia. Visite la

página en la Internet para obtener información de cada hospital. *Los planes y políticas de asistencia financiera varían en los distintos hospitales. Por favor contacte a cada uno de ellos para obtener más información.*

Sistema de Salud de Bon Secours en Richmond

www.bonsecours.com

Teléfono local: 804-342-1500 /

Gratis: 877-342-1500

Visite la página web en el internet y pulse en "Patients and Visitors" y luego en "Need help paying your hospital bill?" para información sobre asistencia financiera.

Los Hospitales HCA de Virginia

www.hcavirginia.com l 800-888-3627

Visite la página Web en la internet y pulse en "Community Support," luego en "Uninsured/Low-Income Patients" para tener acceso a la política de descuentos financieros y formularios.

Sistema de Salud de VCU

www.vcuhealth.org l 804-828-9000

Visite la página web en la internet, pulse "Patients and Visitors", luego en "Financial Assistance/Counseling" para información sobre ayuda financiera y formularios *Medicamentos y Drogas*

Sociedad para Asistencia con las Recetas

www.pparxva.org l 1-800-477-2669

Solicite asistencia con sus recetas médicas.

Fundación para el Cuidado de la Salud de Virginia

www.vhcf.orh/medication/looking.php

Información de programas para recetas medicas

Programas de Asistencia del Estado o del Gobierno

FAMIS www.famis.org l 1-866-87FAMIS

Información relacionada con dos de los programas de seguro médico de Virginia para familias de bajos recursos: FAMIS – el programa de seguro médicos para los niños, y FAMIS MOMS – para mujeres embarazadas.

Departamento de Asistencia Médica de Virginia

www.dmas.va.gov

Información sobre programas de seguros médicos patrocinados por Virginia.

Departamento de Servicios Sociales de Virginia

www.dss.virginia.gov

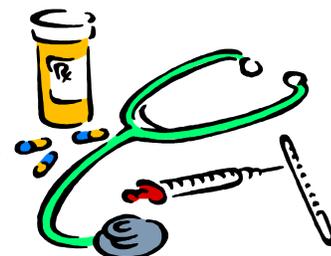
Información sobre programas de asistencia y servicios sociales. Pulse en "Local Offices" para información de su oficina local. *Para pedir más folletos*

Insure More Virginians www.insuremorevirginians.org

REACH

www.reachva.org l 804-827-3224

Pida más folletos, infórmese sobre soluciones locales a la crisis nacional de personas sin seguro médico y encuentre servicios de



¿Cómo combatir la diabetes?

- ¿Quiénes corren más riesgo de tener diabetes?
- ¿Se puede heredar el mal de la diabetes?
- ¿Se puede prevenir la diabetes?
- ¿Qué debo hacer para cuidarme so soy diabético/a
- ¿Por qué los latinos están más predispuestos a la diabetes?



Si usted no sabe las respuestas, o quisiera saber más sobre el tema, está usted invitado a una presentación sobre la diabetes.

Lugar: James River community Center (8901 Pocahontas Trail, Williamsburg)

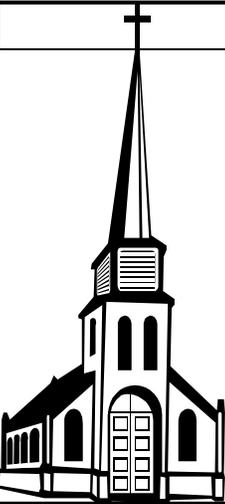
Fecha: Miércoles, 12 de diciembre

Hora: 7:00 – 8:00pm

¡Es un evento gratuito! Habrán bocadillos saludables. Niños también también son bienvenidos.



Para más información, llame a Paty Dary al 571-426-4579



MISA EN ESPAÑOL

Misa de Nuestra Señora de la Guadalupe

Miércoles, 12 de diciembre de 2007 a las 7PM

En la capilla de los estudiantes católicos de William & Mary (CCM Chapel)

520 Richmond Rd, Williamsburg, VA

Refrigerios y convivencia después de la misa

Auspiciado por el Ministerio Hispano de la Iglesia Católica de St. Bede

**Yendo en Richmond Rd hacia el centro de la ciudad de Williamsburg, a mano derecha en la esquina de Richmond Rd y Harrison*

Noticias de la Red Para la Gente Latina



Network For Latino People es una asociación comunal de organizaciones locales que trabajan juntas para tratar sistemáticamente la provisión eficaz de los servicios, particularmente servicios médicos, a través de la población Hispanohablante que vive en el área de Williamsburg, también como educarlos y proporcionarles entrenamientos para superar barreras inesperadas, también en asegurar la provisión de intérpretes entrenados en el

entorno médico y de la comunidad.

The Community and Medical Interpreters Service (CMIS) asegura una comunicación exacta y eficaz entre los proveedores de servicio y con Hispanohablantes con limitaciones en el idioma inglés. Este programa ofrece servicios de intérpretes y traducciones en español e inglés. Este servicio está disponible para todos los departamentos gubernamentales, agencias, organizaciones privadas, comerciales, grupos de la comunidad y a particulares.

Enfermedades de Transmisión

ETS son un grupo de enfermedades que se propagan de persona a persona cuando estas tienen relaciones sexuales. Los microbios que causan ETS pueden ser propagados durante sexo oral, vaginal o anal, pero hay algunas ETS que se contagian por contacto de piel a piel con el área genital de la persona infectada sin tener sexo.

Las enfermedades de transmisión sexual son: VIH (no tiene cura), Clamidia (tiene cura), Gonorrea (tiene cura), Sífilis (tiene cura), Verrugas Genitales del Virus Papiloma Humano (no tiene cura), Piojos del Pubis (tiene cura), Herpes (no tiene cura), Uretritis No- Gonococcal (tiene cura), Hepatitis A (tiene vacuna para prevenirla), Hepatitis B (no tiene cura pero existe vacuna para prevenir), Hepatitis C (no tiene cura).

Algunos síntomas que pueden estar presentes son: dolor al orinar, cualquier clase de ampolla, verruga, ulcera alrededor de la vagina, pene o ano. Cansancio, fiebre, escalofríos, pérdida de peso, diarrea *sudor nocturno que son persistentes.

Las mujeres además pueden tener olor o descarga inusual de la vagina, picazón en la vagina, dolor durante sexo, dolores en la parte baja del abdomen y sangrado adicional además de la menstruación.

Los hombres pueden tener goteo del pene y dolor *molestar en el área de los testículos.

Hay personas que no tienen ninguna clase de síntomas pero pueden estar infectados y transmitir infecciones a su vez.

Las maneras de prevenir ETS son abstenerse del sexo o tener una relación monógama (fiel) con una persona no infectada, usar condón cada vez que se tiene sexo.

En la Peninsula Health District localizada en la 416 J. Clyde Morris Blvd. en Newport News hay una clínica especialmente dedicada para identificar y tratar ETS sin costo alguno. Hay intérpretes disponibles. Para más información por favor comunicarse al 594-7164.

¿Donaciones?

La biblioteca de un carcel local esta buscando donaciones de libros en espa~nol para los presos hispanohablantes. No pueden aceptar revistas, cuadernos con espirales de metal, o libros con pornografía o informacion sobre como escapar de un carcel. Favor de llevar o mandar donaciones de libros en español a la abogada Amy L. Becerra del juriconsultorio Swynford Law Group, PC, 1101 Professional Dr., #E, Williamsburg, VA 23185. Ella los recolectara para distribucion al carcel.



Grupo para padres hispanos

Family focus proporciona a la comunidad grupos para padres e hijos, mejor conocidos en ingles como "Playgroups". Family Focus ofrecerá a la comunidad Hispana los mismos beneficios que la comunidad en la Península ha disfrutado desde 1983.

El **Grupo Para Padres Hispanos** proporciona un ambiente amistoso de apoyo. Es un lugar donde los padres o personas que cuidan niños pueden discutir abiertamente los éxitos y desafíos de criar a niños. También podrán encontrar ideas o intercambiar ideas con otros padres. Aprenderán diferentes técnicas que le ayudaran en la crianza de sus hijos. Los niños disfrutaran de actividades como: manualidades, música, merienda, se les va a leer un cuento y lo más importante, podrán jugar y aprender con otros niños.

Día/Day: 1er y 3er viernes de cada mes

El primer grupo en septiembre será
el viernes 21 de septiembre.

Hora: 10:00 a.m. – 12:00 p.m.

Lugar: Wellspring United Methodist Church
4871 Longhill Road, Williamsburg (entre Route 199 y Olde Towne Rd)

Se ofrece transporte limitado

Para información en Español, llame a Annie Greaves-Collins
757-344-2488

Family Focus es un programa de Colonial Services Board.
Este Grupo Hispano recibe fondos de una concesión otorgada por el Williamsburg Community Health Foundation.



**Williamsburg Community
Health Foundation**

Servicios de inmigración ...

Refugee and Immigration Services

1615 Kecoughtan Road

Hampton, VA 23661

Con el apoyo de la diócesis católica de Richmond, Refugee and Immigration Services (RIS) de Hampton ofrece apoyo a los refugiados y a los inmigrantes.

Para **consultas de inmigración y servicios de interpretación y traducciones** a bajo costo, comuníquese con **Patty Hoare** al 757-247-3600 ext. 18. E-mail: phoare@richmonddiocese.org.

Licenciados de inmigración

Mr. Russ Lim

Abogado que trabajó antes con Refugee and Immigration Services.

(757) 353-3700

144 Business Park Dr.
Suite 204

Virginia Beach, VA 23462

Mr. Nasser Y. Fayad

(804) 249-4747

7204 Glen Forest Dr.
Suite 104

Richmond, VA 23226

Amy L. Becerra

(757) 345-3467

albimmigration@hotmail.com

1101 Professional Drive,
Suite E,

Williamsburg, Virginia 23185

Bibliotecas públicas ...

Las bibliotecas públicas le pueden servir mucho. Proveen acceso a Internet gratis para que pueda buscar información y comunicarse con los que están lejos, y cuentan también con libros en español y materiales para el estudio del inglés. Para registrar para una tarjeta para sacar libros de la biblioteca, traiga identificación con foto (de cualquier estado o país) y prueba de su dirección actual. No hay que tener tarjeta para utilizar las computadoras

Williamsburg Regional Library (259-4050) está ubicado en el 515 Scotland Street, en el centro de Williamsburg cerca del Centro de Transportación. Se puede llegar a la biblioteca utilizando el transporte público en cualquier línea (todos los autobuses paran en el Centro de Transportación).

James City County Library (259-7720) está ubicado en el 7770 Croaker Road, en Norge. Se puede llegar a la biblioteca utilizando el transporte público en la línea violeta (purple).

Las bibliotecas están abiertas:

Lunes a jueves: 10 AM - 9 PM

Viernes: 10 AM - 6 PM

Sábado: 10 AM - 5 PM

Domingo: 1PM - 5 PM



Servicios de salud ... **Olde Towne Medical Center (OTMC)**

El Centro de Olde Towne ofrece asistencia médica general de buena calidad para gente de toda edad:

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Asistencia cuando se enferma• Físicos• Planificación familiar• Inmunizaciones/vacunas• Enviar al paciente a un especialista• Salud de las mujeres<ul style="list-style-type: none">• Ginecología• Obstétricos• Asistencia para las enfermedades | <ul style="list-style-type: none">crónicas<ul style="list-style-type: none">• Diabetes• Asma• Enfermedad del corazón• Tensión arterial• Higiene dental• Ortopedia• Evaluaciones psiquiátricas• Análisis, asistencia médica, y | <ul style="list-style-type: none">asesoramiento por:<ul style="list-style-type: none">• La vista• La audición• Próstata• El desarrollo del niño• VIH/SIDA• Enfermedades de transmisión sexual• Tuberculosis |
|--|--|---|

Cada martes hay consultorio de inmunización

De 9:00-11:00 a.m. y 2:00-4:00 p.m.

No es necesario hacer una cita para el consultorio de inmunización. Traiga el record de las vacunas y dinero para pagar por cada vacuna (precios dependen de la vacuna).

Citas

- Para ver a un médico y si necesita una cita- llame al **259-3258**
- Para comunicarse con la clínica dental- llame al **259-3255**
- Por favor llegue a tiempo a su cita
- Si necesita cancelarla trate de llamar por lo menos 24 horas con anticipación

Opciones de pago

- Si usted vive dentro del condado de James City, el condado de York, o la ciudad de Williamsburg y cuenta con los documentos necesarios, puede ser elegible para un descuento. El precio de la visita depende de su salario y se necesita prueba de la identidad, de residencia, y del salario (llevar los talones de pago a la cita) cada seis meses para determinar cuanto se paga.
- OTMC acepta los seguros siguientes: Medicaid, Medicare, Optima Family Care, Healthkeepers Plus, y FAMIS
- Se puede pagar con dinero en efectivo, cheque, tarjeta de crédito (MasterCard, VISA o Discover).
- Si no puede pagar ese mismo día, puede planificar un

El Centro Médico de Olde Towne ofrece precios reducidos para los residentes de James City County, York County, y la ciudad de Williamsburg. El precio de su visita depende de su salario.

Para ser elegible para la escala de precios reducidos del Olde Town Medical Center, hay que proveer la siguiente información:

1) Prueba de que reside en los condados de James City o York County o en la ciudad de Williamsburg.

Debe proveer dos (2) de los siguientes documentos:

- Tarjeta de votante de Virginia
- Tarjeta de registro o título de propiedad de su vehículo registrado en Virginia
- Forma W-2 del IRS con fecha dentro de los último 18 meses
- Recibo de cuenta de servicios publico (electricidad, agua, teléfono, etc) con el nombre y la dirección del solicitante, y fecha dentro del último mes
- Contrato de arrendamiento residencial con el nombre de solicitante
- Carta de trabajador social que sea escrita en el membrete de la organización que le atiende y que verifique el condado de su residencia

¡Fíjese! Personas que no viven en los condados de James City o York County o en la ciudad de Williamsburg tendrán que pagar el honorario completo.

2) Prueba de Identidad

Debe proveer dos de los siguientes documentos:

- Licencia de conducir de Virginia
- Certificado de nacimiento de los Estados Unidos.
- Pasaporte
- Tarjeta de autorización de empleo de Servicio de Inmigración y Naturalización no vencida.
- Tarjeta o póliza de seguro médico con fecha de nacimiento
- Tarjeta de residencia permanente de los EE.UU. que esté vigente.

Artículo continúa en la página siguiente

Artículo empieza en la página anterior

3) Prueba de Ingresos

Debe proveer todos los documentos que aplican:

- Talonario (colilla) de cheque (si el pago es quincenal, las dos últimas colillas; si el pago es semanal, las cuatro últimas colillas). Si es casado, provea también los ingresos de su esposa(o).
- Copia de carta de beneficios de asistencia social
- Copia de cheque de seguro social o de la carta de beneficios de seguro social
- Comprobante de manutención de niño
- Estado de cuenta de banco que no tiene mas de tres meses.
- Comprobante de Ingresos de jubilación
- Carta del empleador verificando horas trabajadas, salario bruto y salario neto semanal de los últimos tres periodos de pago
- Aviso de desempleo de Virginia Employment

Comission (VEC)

- Carta de elegibilidad para estampas de comida
- Talonario (colilla) de cheque AFDC
- Comprobante de TANF
- La tarjeta de Medicaid del mes corriente
- Si es menor o no tiene ingresos suministre comprobante de ingresos de los padres, guardianes o de la persona que lo mantiene
- Tarjeta de Medicaid HMO
- Si usted no tiene ingresos, por favor provee la verificación de ingresos de la persona(s) que le apoya.

Ésta información debe ser actualizada cada seis meses. El no proveer cualquiera de la información requerida, resultará en el cobrar el precio completo por servicios recibidos en Olde Towne Medical Center. Para tener derechos a precios reducidos, debe presentar la información dentro de 30 días de su visita.

¡Importante!

Olde Towne Medical Center tiene intérpretes disponibles cada día. Si usted necesita un intérprete, le programarán una cita para cuando haya un intérprete en la clínica.

La dirección de la clínica es: 5249 Olde Towne Road. Se puede llegar a la clínica por el transporte público en la línea violeta.



HIV Prevention Services: H.E.C.T.O.R. Program
2712 Washington Ave., 3rd Fl. Newport News, VA 23607

Nuestra organización tiene un programa gratuito llamado H.E.C.T.O.R. que ofrece servicios en Hampton y Newport News.

Los servicios incluyen:

- Sesiones educativas individuales y en grupo (desde la edad de 13 años hasta adultos) donde se discuten componentes de prácticas de sexo más seguro, enfermedades de transmisión sexual y VIH.
- Alcance comunitario
- Pruebas de VIH Gratis
- Consejería y referidos a servicios de salud/sociales

¡Le exhortamos a que tome ventaja de este programa!

Para más información, contacte a la siguiente especialista de alcance comunitario:

Milén Meltz-Archilla (en Español) (757) 240-5285, Mmeltz@hnncsb.org

Servicios de planificación familiar para los residentes del Distrito de Salud de la Península y del Departamento de Salud de Hampton

El **programa de planificación familiar del Departamento de Salud** ayuda a las mujeres a planear y espaciar sus embarazos y a prevenir consecuencias de un embarazo no planeado y prematuro. En la Península de Virginia, están disponibles los servicios de planificación comprensivo en **Peninsula Health District/el Distrito de Salud de la Península** (sirve a los residentes de Newport News, Poquoson, Williamsburg, James City County, y York County) y en **Hampton Health Department/Departamento de Salud de Hampton** (sirve a los residentes de Hampton).

Estos servicios incluyen citas con un doctor o enfermera superior y consejería de anticonceptivos. La evaluación incluye historia médica y examen físico, papanicolau, y los exámenes de laboratorio necesarios. Las enfermeras en nuestra Clínica de Planificación Familiar proveen a los pacientes educación en salud prenatal, autoexamen del seno y prevención y tratamiento de enfermedades de transmisión sexual.

Para mayor información o para hacer una cita llame a Peninsula Health Center al 757-594-7326 (línea en español: 757-594-8579) o a Hampton Health Department at 757-727-1172.

Peninsula Health Center tiene un intérprete de habla hispana que trabaja tiempo parcial, y Hampton Health Department utiliza un servicio de interpretación por teléfono.



FAMIS



¿Su Hijo Tiene Seguro Médico? ¡Niños Saludables-Buenos Estudiantes!

- ◆ A los niños saludables les va mejor en la escuela
- ◆ Usted puede ir a un doctor de su confianza
- ◆ Los gastos médicos estarán cubiertos

Para obtener información de cómo asegurar a sus hijos/ hijas, favor de llamar:

Marides Daus, RN BSN WJCC Lead School Health Outreach Worker
757-887-3985 757-887-1768

El ingreso al año de una familia de cuatro miembros puede ser de hasta \$40,000 y aún así los niños pueden ser elegibles para FAMIS.

Un programa del Commonwealth de Virginia, 2006

FAMIS - 2105

No olvide, que si su hijo fue inscrito en FAMIS el año pasado, puede que ya sea tiempo de renovar. La cobertura de FAMIS debe de renovarse cada 12 meses.

CHIP



CHIP, un programa de Child Development Resources, es un proyecto de salud comprensiva. Las familias reciben servicios gratis debido al apoyo del gobierno, de negocios y de personas particulares. CHIP tiene otros sedes en el estado de Virginia, inclusive la oficina central en Richmond.

Los trabajadores de CHIP que proveen servicios a las familias son una trabajadora familiar y una enfermera registrada. Las dos trabajan juntas con la familia como un equipo.

CHIP de Williamsburg sirve a familias que viven en la ciudad de Williamsburg, el condado de James City, y la mayor parte del condado de York.

CHIP trabaja con mujeres embarazadas y con familias que tienen niños menores de seis años de edad para ayudarles a buscar un buen médico. Nosotros les damos a las familias información en como criar a sus hijos y también hacemos exámenes para evaluar el desarrollo y crecimiento de sus hijos. También le podemos conseguir información sobre los recursos que hay en la comunidad para ayudar a su familia a conseguir ayuda en sus necesidades sociales, financieras y educativas.

Servicios de CHIP:

- **BUSCANDO UN BUEN MÉDICO:** CHIP los apoya y asiste en buscar un buen médico y un dentista para su familia.
- **VISITAS A SU HOGAR:** Nosotros ofrecemos visitas a su familia en su hogar con una enfermera registrada y una trabajadora familiar.
- **EXÁMENES DEL DESARROLLO:** También ofrecemos exámenes del desarrollo para todos los niños de CHIP desde el nacimiento hasta que tengan seis años.
- **LA REUNIÓN DE PADRES:** La reunión de padres con niños pequeños es una oportunidad en que usted pueda compartir ideas, contestar preguntas, y relacionarse con otros padres. Nos gustaría que nos acompañara en este grupo.

Women, Infants, & Children

*WIC Williamsburg/James City County
Governor Berkeley Professional Center
1126 Professional Drive
Williamsburg, VA 23185
(757) 253- 4741*

*PHC WIC Office
416 J. Clyde Morris Blvd, Newport
News, VA 23601
(757)594-7502*

*Oficina en York/Denbigh WIC
606 Denbigh Blvd, Suite 304, Newport
News, VA 23608
(757)886-2810*

*East End WIC Office
1033 28th Street, Newport News, VA
23607 (757)247-8079*

El Programa de Nutrición Suplementaria para Mujeres embarazadas, Bebés y Niños menores de 5 años es patrocinado por el



Residentes del Estado de Virginia elegibles pueden solicitar servicios de WIC y obtener otros servicios útiles como:

- Cheques para alimentos suplementarios de comida
- Consejos para alimentación y preparación de comidas y bocados sanos
- Educación de nutrición
- Apoyo y ayuda con la lactancia materna

- Referencias a otros programas de asistencia publica

Requisitos:

- Financieramente Elegible – prueba de ingresos anuales
- Riesgo Nutricional – dieta malsana o problema medico

Si alguien de su familia participa en el Programa de Almuerzo Escolar, Medicaid, TANF o FAMIS, puede ser que usted ya califique financieramente.

Para más información o para hacer una cita, por favor llame al (757) 253- 4741.



Poison Help **1-800-222-1222**

Ayuda para envenenamientos está al alcance con solo una llamada 24 horas al día todos los días.

En los Estados Unidos, los Poison Control Centers (Centros de Toxicología) dan consejos de tratamiento en caso de emergencia por envenenamiento. También ofrecen información sobre venenos y prevención de envenenamientos las 24 horas al día, los 7 días de la semana.

Los productos tóxicos pueden hacerle daño si se ingieren, se inhalan, o si hacen contacto con los ojos o la piel—incluso pueden causar la muerte. El Poison Control Center puede ayudarle con sus preguntas sobre:

- Productos de uso doméstico
- Productos químicos
- Medicamentos con o sin receta médica, hierbas medicinales, drogas ilegales, etc.
- Mordeduras de serpientes y arañas, picaduras de escorpiones, etc.

Cuando usted llama al Poison Control Center en caso de una emergencia por envenenamiento, recibirá consejos de tratamiento que en algunas situaciones podrían salvar una vida. Su llamada será atendida por una enfermera, un farmacéutico, o un doctor, todos especializados en toxicología.

Todas las llamadas son gratuitas y confidenciales.

Los servicios de los Poison Control Centers están disponibles para personas quienes hablan español (y otros idiomas) así como para personas incapacitadas del oído.

Si cree que alguien ha sido envenenado o intoxicado, si algún producto tóxico se pone en contacto con los ojos o con la piel, si alguien inhala algo venenoso, o si alguien toma alguna medicina equivocada o demasiada cantidad llame a su Poison Control Center inmediatamente al 1-800-222-1222.

Fuente: American Association of Poison Control Centers



CLAS Act Virginia Web Site

¿Alguna vez ha querido aprender más sobre algún aspecto de su salud y no ha podido encontrar la información en castellano? La página web del Acta CLAS de Virginia es un proyecto del Departamento de Salud de Virginia que tiene miles de documentos traducidos al castellano que cubren una variedad de temas.

En el año 2000 la Oficina de Salud para Minorías en el Ministerio de Salud Nacional presentó las "Normas nacionales para servicios de salud culturalmente y lingüísticamente apropiados" conocida por sus siglas en inglés como CLAS. Estas pautas están basadas en el Título 6 del acto de derechos civiles de 1964, el cual afirma que los programas patrocinados federalmente no deben discriminar por motivos de etnia, color de la piel, o país de origen. Según los requisitos de CLAS, las organizaciones de salud deben asegurar que los pacientes obtengan atención médica que sea eficaz, entendible, respetuosa y dado en una manera compatible con las creencias y practicas personales de la persona recibéndolas. Además el tratamiento debe ser ofrecido en la lengua preferida del paciente.

La página web del Acta CLAS de Virginia es una guía de recursos creada para facilitar que los proveedores de servicios de salud cumplan con estas normas y satisfagan las necesidades de la población cambiante del estado, mediante los recursos relacionados a la competencia cultural, el superar barreras lingüísticas, traducción de documentos y interpretación de consultas. Para los pacientes, la página web tiene muchos enlaces a cientos materiales traducidos al castellano que tratan temas de la salud. También hay una lista de servicios de salud multicultural y servicios humanos en Virginia. En la misma página se puede encontrar frases clínicas que se usan normalmente traducidas al castellano. El sitio también ofrece información sobre como obtener servicios médicos en el idioma preferido para pacientes que no se sienten cómodos hablando en inglés.

El sitio está ubicado en www.ClasActVirginia.org. Trate de visitarlo desde su hogar, la biblioteca o cualquier computadora.

Fuente: Departamento de Salud de Virginia

Servicios para mujeres ...

312 Waller Mill Rd.
Williamsburg, VA 23185
757-258-9362

Avalon tiene los impresos importantes y el manual de información del refugio para mujeres en español. También hay intérpretes de inglés/español a disposición de quien los solicite.

Avalon es un centro para mujeres y niños que ayuda a víctimas de violencia doméstica y asalto sexual y también trabaja para reducir la existencia de estos crímenes en la comunidad.

Servicios gratuitos:

Estos servicios están disponibles para cualquiera persona que lo necesite. No se necesita ciudadanía.

Línea de ayuda (757-258-5051)

Personas pueden llamar cuando quieran durante las 24 horas del día. La línea está para dar apoyo, información, remitidos, o ayuda en una crisis. Las llamadas son confidenciales.

Centro de Consejo

Hay grupos de apoyo que se reúnen semanalmente por las noches. Hay servicios para cuidar los niños mientras los padres asistan a los grupos.

Avalon

También, se pueden hacer citas individuales con consejeros. Este servicio es para mujeres y hombres.

Refugio

Hay un lugar donde mujeres y sus hijos pueden vivir en situaciones de emergencia. Avalon le ofrece refugio para las mujeres y niños que necesiten un lugar seguro para vivir o para aquellos que quieren escaparse de la persona que los maltrate. Pueden vivir aquí por seis meses y los trabajadores les pueden ayudar en necesidades como buscar trabajo, educación, encontrar casa, etc.

Acompañamiento

Empleados y voluntarios de Avalon pueden acompañar a mujeres al hospital, a la estación de policía, al palacio de justicia, o servicios sociales.

Ayuda legal

Avalon ofrece información legal sobre la violencia doméstica y el asalto sexual. Le pueden explicar sus derechos y el proceso de justicia, le da remitidos legales, y le acompaña al tribunal. Además, personas de Avalon pueden ayudarle obtener un orden de protección.

Le pueden ayudar a conseguir un teléfono celular para mejorar su seguridad.

Servicios para niños ...

Child Development Resources (Recursos para el Desarrollo Infantil)

CDR es una agencia no lucrativa, y ha ayudado a los niños y sus familias desde el año 1994.

Cuando usted tenga preguntas acerca de su bebé o niño, llame al 566-1300.



PO Box 280

Norge, Virginia 23127

- Visitas para los recién nacidos
- Examen del desarrollo de su bebé
- Servicios del desarrollo del niño
- Visitas a la casa
- Educación y una enfermera
- Terapia del habla, ocupacional y física
- Grupos de juegos para los niños
- Grupos de apoyo para los padres
- Grupos especiales de apoyo para los hombres
- Cuidado infantil económico
- Educación de la salud y servicios de la salud
- Transportación a los servicios de CDR

Las Girl Scouts van para las niñas

Las Girl Scouts es la Organización mundial dedicada exclusivamente a las niñas, donde en un ambiente de aceptación y confianza, las niñas desarrollan carácter y habilidades necesarias para tener éxito en el mundo actual.

Iniciemos Girl Scouts en nuestra comunidad! Atención a todas las niñas

Daisy 5 - K, Brownie 1 - 3, Junior 4 - 6, Cadette 7 - 8

Atención Adultos:

Girl Scouts no existe sin voluntaries como tu. Te necesitamos para apoyar a las tropas de niñas, ya sea colaborando como líder, asistente o compartiendo algun talento que desees enseñar a las niñas, otra forma de ayuda, podria ser: Haciendo llamadas telefónicas, sirviendo de chaperon en los campamentos, difundiendo el mensaje de Girl Scouts en nuestra comunidad, etc.

Recuerda: Contamos con asistencia financiera: La membresia de Girl Scouts de America es solo \$10 por año. Cuenta con asistencia financiera basada en la situación economica de cada familia. Para mayor información, puedes llamar a Angelina López al 547-4405, ext. 287 (Se habla español) y Stayce Sedgwick al 595-9802, ext. 14



Clases de inglés ...

Lugar: Rita Welsh Adult Literacy Program

Servicio: Clases de inglés individuales

Horario: Lunes a jueves de 9:00 a.m. a 8:00 p.m.

Ventajas: Usted hace su propio horario cuando se matricula.

Dirección: En el sótano de Bryan Hall en el campus de la universidad de William & Mary

Para más información: (757) 221-3325 (si quiere hablar con alguien que hable español llame después de las 5:00 p.m.)

Lugar: Head Start Office (Historic Triangle)

Servicio: Clases de inglés en grupo

Horario: Lunes 5:00 p.m. – 9:00 p.m.

Ventajas: Los niños son bienvenidos y pueden participar en clases de aprendizaje a la misma vez que sus padres atienden las clases de inglés, se ofrecen refrigerios, y se puede proveer transporte para las clases si lo pide con anticipación.

Dirección: 312 Waller Mill Road, oficina #400

Para más información: Llamar a Linda Wallace, (757) 229-9332

Lugar: Saint Bede Catholic Church

Servicio: Clases de inglés en grupo

Horario: Lunes 6:00 p.m. – 7:00 p.m.

Ventajas: No necesita llamar, solo venir a las clases.

Dirección: 3686 Ironbound Road

Para más información: Llamar a Mary y James Lavin (se habla español), (757) 229-6529

Lugar: Matthew Whaley Elementary School

Servicio: Clases de inglés para principiantes y intermediarios

Horario: Lunes y miércoles 7:00 p.m. – 9:00 p.m.

Ventajas: No es necesario llamar, venga a una de las clases para

inccribirse.

Dirección: 301 Scotland Street

Para más información: (757) 229-8766, para matricularse en las clases llegue 10 minutos antes

Lugar: Centro de Vida Cristiana

Servicio: Clases de inglés para todos los niveles

Horario: Martes 10:00 a.m. – 12:00 p.m.

Ventajas: Se provee cuidado para los niños. No necesita llamar, sólo venir a las clases.

Dirección: 4451 Longhill Rd. Williamsburv, VA, 23188

Para más información: Glorial Morales (757) 566-3300

Lugar: En el Multipurpose Room de Olde Towne Medical Center

Servicio: Clases de inglés para todos los niveles

Horario: Martes y jueves 6:30 p.m. – 8:30 p.m.

Ventajas: No necesita llamar, solo venir a la clase. Puede empezar cuando quiera.

Dirección: 5249 Olde Towne Road

Para más información: Llamar a Gloria Morales, (757) 566-3300

Lugar: College of William & Mary

Servicio: Clases de inglés para todos los niveles

Horario: Martes y jueves 7:30p.m. – 9:00 p.m.

Ventajas: Clases ofrecidas por estudiantes de William & Mary. No necesita llamar, sólo venir a las clases. Se provee cuidado para los niños, y también ofrecen clases de verano.

Dirección: Aula 202, en el segundo piso de Morton Hall en el campus de la universidad de William & Mary

Para más información: Llamar a Aless Quintero, 757 784 5204

Servicios religiosos ...

Iglesia Católica de Saint Bede

Dirección: 3686 Ironbound Road

Para información: 229-3631 o 229-2696 (línea español)

Rosario en español

Fecha: Todos los lunes

Hora: 7:00 p.m

Christian Life Center/Centro de Vida Cristiana

Dirección: 4451 Longhill Rd.

Para información:

(757)220-2100

info@vida.vg

www.vida.vg

Iglesia de Dios el León de la Tribu de Judá

Dirección: comunidad de Stratford (apartamento 203-B)

Fecha: Todos los domingos a las 7:00 p.m.

Para información: (757)784-6922; (757) 345-9596

Lo que empezó como un grupo pequeño ha llegado a ser un servicio semanal a donde asisten muchos hispanos de esta área. El servicio está abierto a todas las personas de habla hispana.

Fecha: Todos los domingos

Hora: Oración a la 1:00 p.m., servicio a la 1:30 p.m.

Grupo de Mujeres

Fecha: Los jueves cada dos semanas

Hora: 7:00 p.m.

Grupo de Hombres

Fecha: Los jueves cada dos semanas

Hora: 7:00 p.m.

Grupo de jóvenes de ambos sexos (18 a 24 años de edad)

Fecha: Todos los sábados

Hora: 6:00 p.m.

Clase de Discipulado

Fecha: Todos los miércoles

Hora: 7:00 p.m.